

NO.1808
毎月1日・10日・20日発行

12/20

令和6年(2024年)

北区ニュース

主な内容

- 令和6年度北区エネルギー・食料品等価格高騰支援給付金の追加支給を行います……………2面
- 人事行政の運営等の状況について……………4～5面
- 自転車の代わりに置こう思いやり……………6面
- 情報の泉……………8～10面

赤羽駅西口



赤羽駅東口



赤羽駅東口



赤羽駅東口



今年も商店街が中心となり、
右記のとおり駅前イルミネーションを実施します。
街路樹へのLED装飾、オブジェの設置など、
各商店街がさまざまなかたちで駅前を彩ります。
各駅を訪れた際は、ぜひご覧になってお楽しみください。

※実施期間は変更となる場合があります。
問 産業振興課商工係 ☎(5390)1235

■赤羽駅東口

日 令和7年2月28日金まで
実施 赤羽商店街連合会

■北赤羽駅赤羽口

日 1月31日金まで
実施 アクトピア北赤羽商店会

■赤羽駅西口

日 2月28日金まで
実施 西赤羽商店街連合会

■板橋駅東口

日 1月31日金まで
実施 滝野川さくら通り商栄会

令和6年度北区エネルギー・食料品等価格高騰支援給付金の追加支給を行います

☑ 令和6年12月2日（基準日）に北区に住民登録があり、令和6年度住民税が非課税または均等割のみ課税されている世帯（定額減税前の所得割が非課税である世帯）
※課税者の扶養親族等のみの世帯を除く

【支給額】1世帯当たり3万円
※上記対象世帯のうち、平成18年4月2日以降に生まれた児童がいる世帯には、こども加算として児童1人あたり**2万円**を加算します。

☑ 12月18日（水）以降、区から順次送付する申請書類に必要事項を記入し、返送してください。申請書類に記載の申込コードからオンライン申請もできます。

【申請期限】令和7年3月14日金（当日消印有効）
☑ 北区エネルギー・食料品等価格高騰支援給付金コールセンター
☎ 0120（747）011
【受付時間】午前9時～午後6時
（土・日曜、祝日、12月28日～令和7年1月5日を除く）



詳しくはこちら



日曜、平日夜間の転出入などの受付窓口（令和7年1月～3月）

☑ 日場内 下表のとおり
☑ 問 王子区民事務所（区役所第二庁舎1階） ☎（3908）8745
赤羽区民事務所（赤羽1-1-38 赤羽駅南口高架下） ☎（5948）9541

	日時	主な取扱業務
日曜	月1回、日曜に受付窓口を開設します。 【開設日】 令和7年1月26日、2月23日、3月30日 【開設場所】 赤羽区民事務所 ※3月30日は王子区民事務所も開設します。 【開設時間】 午前9時～午後4時	①転出・転入・転居の受付 ②転出入に伴う国民健康保険加入・喪失、印鑑登録申請 ③証明書交付（戸籍の証明書を除く） ④収納（納付書持参の場合のみ）
	月1回、原則第3火曜の受付時間を延長します。 【延長日】 1月21日、2月18日 ※3月・4月は実施しません。 【延長場所】 王子区民事務所、赤羽区民事務所 【延長時間】 午後5時～7時 ※午後6時以降は大変混雑します。当日の混雑状況によって、当日中に手続きが完了できず、後日の来所をお願いする場合がありますので、ご了承ください。	※④は赤羽区民事務所でのみ取り扱いしています。 ※日曜の③④は午後5時まで受付します。 ※大変混雑しますので、お時間に余裕を持ってお越しください。 ※詳しい取扱業務は、北区ホームページをご覧ください。 ※ほかの区市町村または関係機関に確認が必要な場合は受付できません。詳しくはお問い合わせください。
平日夜間		

※マイナンバーカードの交付は**予約制**です。日曜、平日夜間は区役所第二庁舎4階個人番号カード交付係でのみ行っています。
詳しくは交付通知書に同封のご案内をご覧ください。

☑ 問 戸籍住民課個人番号カード交付係
☎（3908）1329
※令和7年4月以降の転出入などの受付窓口の日程は、改めてお知らせします。

区民事務所・戸籍係の混雑・待合情報サービス

窓口でのおおよその混雑・待合情報が確認できます。



ひきこもり居場所事業 みんなの居場所（1月～3月）

① みんなの居場所 ～困りごと相談コーナーも併設しています～
同じ悩みを持つ仲間や経験者と出会い、元気になるきっかけづくりの場です。予約・申込不要。匿名での参加もできます。
☑ 区内在住でひきこもり状態にお悩みの方及びその家族
☑ 日場内 下表のとおり **☑ 申** 当日、直接会場へ

開催日	時間・場所	特別プログラム（予定）	相談コーナー担当者
令和7年1月12日（日）	午後1時30分～4時30分 赤羽会館4階小ホール ※入退出自由、見学のみも歓迎。	社会保険労務士のタロット占いを楽しむ	ピアサポーター
1月16日（木）		ひきこもり経験者による体験談	ピアサポーター
2月11日（祝）		身体をほぐすストレッチ	ピアサポーター
2月20日（木）		なし（自由に過ごせます）	医師（発達・精神領域）
3月9日（日）		なし（自由に過ごせます）	社会保険労務士
3月20日（祝）		カードを使って自分の魅力探し	ピアサポーター

＝以下、①～③共通＝
☑ 問 NPO法人楽の会リーラ
☎（5944）5730（水・金曜 午後1時～5時）
EM info@rakukai.com



詳しくはこちら



② 電話相談
とりあえず相談してみたい、ただ気持ちを聞いてほしい…
ひきこもりに関することは、何でもご相談ください。予約不要・匿名で、ピアサポーターやカウンセラー等が相談をお伺いします。
☑ 区内在住でひきこもり状態にお悩みの方及びその家族
☑ 日先 下表のとおり **☑ 申** 当日、直接お電話ください。

開催日	開催時間	電話番号
令和7年1月19日（日）	午後1時～5時 ※1名30分程度（最終受付4時30分）	①一般電話 ☎（5944）5730
2月16日（日）		②ナビダイヤル ☎ 0570（075）076
3月16日（日）		

③ 家族の集い
ジャーナリスト 池上正樹氏とともに「ひきこもり」と「8050問題」について家族で理解を深めましょう
☑ 区内在住でひきこもり状態にお悩みの方及びその家族など
☑ 日 2月1日土 午後1時30分から **☑ 場** 北とびあ7階第一研修室
☑ 内 **【第1部】** 講演会「複合的課題をもつ世帯の支援～8050問題～」
【第2部】 相談会 **☑ 師** ジャーナリスト 池上正樹氏
☑ 定 **【第1部】** 50名 **【第2部】** 3組（いずれも申込順） **☑ 申** 12月20日（金）から1月28日（火）までに、ファクス、Eメール（記入例参照）または電話申込

王子税務署からのお知らせ

●「税理士による無料申告相談」の事前申込について
※令和6年分の無料申告相談では電話による事前予約はできません。
次の日程で、着座で申告書を作成して提出できる「税理士による無料申告相談」を実施しますのでご利用ください。

会場	日程
滝野川会館	5階小ホール 令和7年1月28日（火）・29日（水）
赤羽会館	4階小ホール 1月28日（火）～2月7日（金）
赤羽北区民センター（赤羽北2-25-8）	2階活動室 1月30日（木）・31日（金）
北とびあ	7階第1研修室 2月3日（月）～7日（金）

【開設時間】 午前9時30分～正午、午後1時～3時40分 ※土・日曜を除く

①令和6年分の税理士による無料申告相談は、オンラインによる事前申込のみ受け付けます。
②オンラインによる事前申込は、1月10日（金）午前9時から利用可能となります。
（https://coubic.com/ojizei/booking_pages#pageContent）をご利用ください。
③一部、当日入場整理券の配付を行います。無くなり次第終了となりますので、事前申込をご利用ください。
④税務署・会場等で電話での受付は行っていないので、ご注意ください。
⑤税務署ではマイナポータル連携をお勧めしていますので、会場にお越しいただく前に事前準備をお願いします。



マイナポータル連携



事前準備の詳細はこちら

●確定申告書の作成・提出はご自宅からe-Taxで！
確定申告の前にマイナポータル連携の事前準備をお願いします

①確定申告書等作成コーナーを利用いただくと、金額等を入力するだけで自動計算機能により申告書が作成できます。
②マイナポータル連携後に事前準備をしていただくと控除証明書等のデータが自動取得できます。
※令和6年分の「確定申告書等作成コーナー」は、令和7年1月上旬公開予定です。

●個人の方の確定申告書作成会場の開設について
3月中は入場整理券の入手が困難となることが予想されますので、2月中の来場をお勧めします

王子税務署の確定申告書作成会場の開設期間は、令和7年2月17日（月）から3月17日（月）までです。
※確定申告書作成会場では、混雑回避のために、「入場整理券」を配付します。入場整理券は、当日、会場で配付するほか、LINEによる事前発行で入手することが可能です。
当日、会場で配付する入場整理券の配付状況に応じて受付を早く締め切る場合があります。ぜひ、LINEによる入場整理券の事前発行をご利用ください。

☑ 問 場 王子税務署（王子3-22-15）
☎（3913）6211



詳しくはこちら

Ikebana Ryuseiha 自由花・立華・生花

明峯いけばな教室 生徒募集

北とびあ教室 西ヶ原教室 体験レッスン有 レッスン日 火・水・土 萩原
<http://ikebana-meihou.com/> TEL 03-3940-5709



講演会

主催 北区 共催 東洋大学

10代からのライフデザイン
～プレコンセプションケアってなあに?～

プレコンセプションケアはあなた自身と未来の子どもたちの健康を守り、自分らしく生きるための重要なステップです。

対 区内在住、在学の中学生～大学生とその保護者、スポーツ指導者、養護教諭など

目 令和7年1月25日(土) 午前10時～正午

場 東洋大学赤羽台キャンパスHELSP03階(赤羽台1-7-11)

内 第1部<アスリートのコンディショニング～スポーツの現場から～>
…将来を見据えたからだづくりに向け、アスリートはどうしているのか、その秘訣に迫ります。 第2部<ライフデザインとプレコン>…希望するライフデザインのため、いまからできることをお話します。

師 第1部…東洋大学健康スポーツ科学部教授 岩本紗由美氏
第2部…鎌倉女子大学短期大学部初等教育学科准教授 白子純子氏

定 200名(申込順)

申 1月22日(水)までに、電子申請で申込

問 健康政策課健康政策係 電話 (3908)9016



岩本紗由美氏



白子純子氏

申込はこちら

北区プレコン講座

妊娠・出産とそれに向けた健康づくりに関する講座です。受講後、希望する方には妊よう性検査費用を助成します(上限額あり)。

対 区内在住で妊娠・出産を考えている18歳～39歳の方

目 令和7年1月18日(土) 午後1時30分から

場 赤羽健康支援センター(赤羽会館7階)

師 帝京大学医療技術学部講師 定 20名(申込順)

申 1月16日(木)までに、右記コードで申込

問 健康政策課健康政策係 電話 (3908)9016



申込はこちら

主催 城北信用金庫 共催 東洋大学健康スポーツ科学部
後援 北区・北区体育協会 協力 (一社)東京ヴェルディクラブ

こどもマルチスポーツ体験フェス

フェンシング、バレーボール、3X3バスケットなど6競技をすべて体験できます。保護者向け健康スポーツ科学セミナー(栄養・怪我)も同時開催します。

対 ①小学3・4年生 ②小学5・6年生

目 令和7年2月2日(日)

①午後1時～2時30分 ②午後3時30分～5時

場 東洋大学赤羽台キャンパスHELSP0アリーナ(赤羽台1-7-11)

定 各120名(抽選) 申 1月10日(金)までに、右記コードで申込

問 城北信用金庫コミュニケーション開発事業部 常田

EMy_tsuneda@ext.johokubank.co.jp

(月～金曜:午前10時～午後4時)



申込はこちら

第152期 北区区民大学

「北区在住囃家による落語にまつわる話と実演」

対 区内在住、在勤、在学で原則全回参加できる方

目 内 師 下表のとおり

	日時	内容	講師
1	令和7年2月6日(木) 午後2時～4時	落語の歴史と基礎知識(実演を交えて)	古今亭志ん陽
2	2月13日(木) 午後2時～4時	北区と落語(王子の狐など)	
3	2月20日(木) 午後2時～4時	古典落語と新作落語(実演と対談)	古今亭志ん陽&ゲスト
4	2月27日(木) 午後2時～4時	寄席体験(お囃子教室など)	古今亭志ん陽

場 北とびあ14階スカイホール 定 30名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。Eメールアドレスがあれば記入。手話通訳が必要な方はその旨も記入)または右記コードで、12月20日(金)から1月17日(金)(必着)まで ※申込から3営業日以内に受付完了メールをお送りします。届かない場合はお問い合わせください。

問 先 114-8546(住所不要)生涯学習・学校地域連携課

電話 (3908)9323 FAX (3900)1139



申込はこちら

北区飛鳥山博物館

「来て、見て、知って!昔のくらし」展

目 令和7年1月7日(火)～2月28日(金) 毎週土・日曜、祝日

午前10時～午後5時

※平日は学校利用のない時間帯に観覧できます。詳しくはお問い合わせください。

場 同館特別展示室(王子1-1-3飛鳥山公園内) 内 当館所蔵の昔の道具や、北区の街の様子を写した古写真などを多数展示します。資料を通して、人々のくらしや街のうつりかわりを知る展示です。

問 北区飛鳥山博物館 電話 (3916)1133



詳しくはこちら



「来て、見て、知って!昔のくらし」展 過去の展示の様子
イメージキャラクター チエちゃん

子どものためのおはなし会

区内各図書館で、赤ちゃん向け、幼児向けなどのおはなし会・紙芝居を行っています。1月中に行われるおはなし会の日程など、詳しくは下記コードまたは図書館ホームページをご覧ください。

問 各図書館



詳しくはこちら
(12月15日公開予定)



赤羽校 10月1日 新規開校

早稲田アカデミーを「個別指導専用」にカスタマイズ

中学受験 高校受験 大学受験 内部進学

早稲田アカデミー個別進学館

TEL:03-5249-1611 受付時間 14時～21時(日祝休み) 赤羽駅東口 徒歩3分



庭木1本から承ります!

お見積 庭木1本より明瞭料金 トイレはお借りしません 土日でもOKです お茶はご遠慮します

見積無料

生垣の剪定 (長さ1m 高さ2m) 通常2,200円を 1,100円(税込)

9:00～17:00 足立区入谷8-6-1 カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ 東京東支店

03-5838-0117



12/29(日)東京大賞典(G1)



東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。 勝馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ、大人のたしなみ。 地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。

東京シティ競馬

ゼロから始めるフラメンコ 阿部碧里フラメンコ教室 王子駅徒歩4分 水金土 開講 050-1402-5551 見学・体験受付中 www.abemidori.com



人事行政の運営等の状況について

区の人事行政に関し、公平性と透明性の確保を高めることを目的として、「北区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、区民の皆さんにお知らせします。

詳しくは、区政資料室（区役所第一庁舎1階）、図書館及び北区ホームページでご覧いただけます。

問職員課人事係 ☎（3908）8031



詳しくはこちら

I 北区の状況

1 職員の任免及び職員数に関する状況

(1) 職員状況 (令和6年4月1日現在) (単位:人)

職種系	事務系	福祉系	一般技術系	医療技術系	技能系業務系	幼稚園教諭	指導主事	合 計
人 数	1,451	891	231	110	164	24	4	2,875

(2) 職員採用数 (令和5年4月2日～令和6年4月1日付新規採用者数) (単位:人)

職 種	事務	ICT	福祉	心理	土木造園	建築	衛生監視	歯科衛生	栄養士	保健師	看護師	技能Ⅵ	幼稚園教諭	合計
人 数	96	1	31	3	3	5	3	1	1	8	3	8	7	170

(3) 職員退職者数 (令和5年度)

事 由	定年退職	勸奨退職	普通退職	その他(死亡等)	合 計
人 数	0人	23人	41人	17人	81人

(4) 職員数の推移 (各年度4月1日現在) (単位:人)

年 度	令和元年度	2年度	3年度	4年度	5年度	6年度
職員数	2,688	2,767	2,793	2,788	2,825	2,875

(5) 障害者雇用率 (各年度6月1日現在)

	令和5年度	6年度
北区	2.89%	2.82%
法定雇用率	2.60%	2.80%

2 職員の給与に関する状況

区の職員の給与は、23区共同で設置している特別区人事委員会が、毎年、民間事業所の給与の実態などを調査して行う勧告を受け、区議会の審議を経て、条例で決定されます。

(1) 人件費の状況 (令和5年度普通会計決算)

住民基本台帳人口 (令和6年1月1日現在)	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率 (B)／(A)	(参考) 令和4年度の 人件費率
357,701人	199,196,900千円	7,825,702千円	24,580,420千円	12.3%	14.3%

(注) 1 人件費には特別職に支給される給与、報酬等も含まれます。
2 普通会計とは、一般会計と他の会計とを合算したものから、会計間の重複を除いた額です。

(2) 職員給与費の状況 (令和5年度普通会計決算)

職員数 (A)	給与費				一人当たり 給与費 (B)／(A)	(参考) 令和4年度の 一人当たり 給与費
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)		
2,696人 (165人)	8,555,472千円	3,258,016千円	4,205,551千円	16,019,039千円	5,942千円	6,135千円

(注) 1 ()内は、再任用短時間勤務職員であり、外書きです。
2 職員手当には退職手当、児童手当は含まれていません。
3 職員数は、令和5年4月1日現在の人数です。

(3) 職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況 (令和6年4月1日現在)

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	39.8歳	300,931円	420,140円
技能労務職	50.6歳	285,442円	361,482円
幼稚園教育職	39.3歳	315,100円	412,220円

(注) 1 平均給料月額とは、令和6年4月1日現在における職種ごとの職員の基本給の平均です。
2 平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものです。

(4) 職員の初任給の状況 (令和6年4月1日現在)

一般行政職	大学卒	196,200円
	高校卒	158,100円
技能労務職		150,200円
教育職(幼稚園)	大学卒	207,800円
	短大卒	190,200円

(注) 技能労務職の初任給は、職種により異なります。

(5) 職員手当の状況

●期末手当・勤勉手当の支給割合 (令和6年4月1日現在)

区分	期末手当	勤勉手当
一般職員	2.40月分 (1.35月分)	2.25月分 (1.10月分)
管理職員	2.05月分 (1.175月分)	2.60月分 (1.275月分)

(注) ()内は、再任用職員に係る支給割合です。

●退職手当 (令和6年4月1日現在)

区分	普通	勸奨・定年
勤続20年	18.00月分	24.55月分
勤続25年	28.00月分	32.95月分
勤続35年	39.75月分	47.70月分
最高限度	39.75月分	47.70月分
1人当たり平均支給額	5,021千円	21,540千円
その他の加算措置	定年前早期退職特例措置(2～20%加算)	

(注) 退職手当の1人当たり平均支給額は、5年度に退職した職員に支給された平均額です。

●地域手当

支給実績(5年度決算)	1,758,233千円
支給職員一人当たり平均支給年額(5年度決算)	652,164円

●特殊勤務手当 (令和6年4月1日現在)

支給実績(5年度決算)	27,033千円
支給職員一人当たり平均支給年額(5年度決算)	96,203円
職員全体に占める手当支給職員の割合(5年度)	10.4%
手当の種類(手当数)	7種類

●時間外勤務手当

令和5年度決算	支給実績	709,866千円
	職員一人当たり平均支給年額	263,303円
令和4年度決算	支給実績	747,607千円
	職員一人当たり平均支給年額	281,055円

(注) 職員1人当たり平均支給額を算出する際の職員数は、「支給実績(○年度決算)」と同じ年度の4月1日現在の総職員数(管理職員、教育職員等、制度上時間外勤務手当の支給対象とはならない職員を除く)であり、短時間勤務職員を含む。

●その他の手当 (令和6年4月1日現在)

手当名	内容及び支給単価	国の制度との異同	支給実績 (5年度決算)	支給職員 一人当たり 平均支給年額 (5年度決算)
扶養手当	配偶者	6,000円	異なる	140,253千円
	子	9,000円		
	その他の扶養親族	各6,000円		
	16歳～22歳までの子への加算措置	各4,000円		
住居手当	月額家賃27,000円以上を負担する者	8,300円	異なる	117,484千円
	加算額 当該年度末現在、27歳までの者	18,700円		
	当該年度末現在、28歳から32歳までの者	9,300円		
通勤手当	運賃等相当額 限度55,000円	同じ	295,527千円	119,116円

(6) 特別職の報酬等の状況 (令和6年4月1日現在)

区分	給料・報酬	期末手当	退職手当
区長	1,150,500円	3.75月分	(算定方式)退職時給料月額×勤続期間1年につき500／100 (1期の手当額)23,010,000円 (支給時期)任期毎
副区長	921,500円	3.75月分	(算定方式)退職時給料月額×勤続期間1年につき400／100 (1期の手当額)14,744,000円 (支給時期)任期毎
議長	926,200円	3.75月分	
副議長	795,000円	3.75月分	
議員	616,800円	3.75月分	

(注) 1 退職手当については、任期満了等に伴う退職時に支給されます。
2 退職手当の「1期の手当額」は、4月1日現在の給料月額及び支給率に基づき、1期(4年=48月)勤めた場合における退職手当の見込額です。
3 区長の退職手当については、東京都北区長の退職手当の特例に関する条例(令和5年6月30日公布)により、現区長の現任期中は、不支給としています。

3 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1) 勤務時間等

一般職員の勤務時間等については、「北区職員の勤務時間、休日、休暇等に関する条例」で定められており、おおむね下記のとおりとなっています。

	勤務時間	1日の勤務時間	1週間の勤務時間	週休日
本庁舎	8:30～17:15	7時間45分	38時間45分	日曜及び土曜
交代制勤務の例 (区民事務所)	8:00～16:45 8:30～17:15 10:30～19:15	7時間45分	38時間45分	4週間を通じて8日

※区民事務所以外にも、施設の開館日、開館時間帯、職務の性質により交代制勤務を行っています。

(2) 休暇等

職員には一会計年度(4月1日～翌年の3月31日)において20日の年次有給休暇が与えられています。年次有給休暇に残日数がある場合は、20日を限度に翌年度に繰り越すことができます。

(3) 育児休業及び部分休業の取得状況

○育児休業及び部分休業の取得状況

育児休業取得者数	育児短時間勤務取得者数	部分休業取得者数
249人(30人)	22人(0人)	169人(19人)

※取得者数は延べ人数です。

※()内は男性職員の内数です。

4 職員の分限及び懲戒処分の状況

職員は、地方公務員法または条例で定める事由による場合でなければ、本人の意に反して分限処分や懲戒処分を受けることはありません。

○分限処分状況 (令和5年度)

免職	降任	休職	降給
0人	0人	61人	0人

○懲戒処分状況 (令和5年度)

免職	停職	減給	戒告
0人	0人	0人	1人

5 職員のサービスの状況

職員は全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、かつ、職務の遂行にあたっては、全力をあげてこれに専念しなければならないこととされております。この趣旨を具体的に実現するため、「法令及び上司の命令に従う義務」、「信用失墜行為の禁止」等、服務上の制約が課されています。

6 職員の退職管理の状況

北区では、「職員の退職管理に関する条例」を定め、管理監督者の地位にあった元職員について離職後2年以内に営利企業等へ再就職した場合、再就職の状況は届出を義務付けています。

再就職先	再就職会社

令和4年4月1日から令和6年3月31日までに離職した者のうち、届出のあった者の再就職状況は以下のとおりです。

○再就職の状況

再就職先		再就職合計
公益法人等	民間企業	
2人	1人	3人

7 職員の研修及び勤務成績の評定の状況

(1) 職員の研修の実施状況

○研修実績

(令和5年度)

	回数	受講人数
区研修	206回	3,819人
特別区職員共同研修	178回	933人
第2ブロック合同研修	8回	174人
合 計	392回	4,926人

(2) 職員の人事評価

①幹部職員

職務上の成果等を定期評定に反映させ、人事評価の客観性、透明性、納得性を確保するため、目標管理に基づく評価を実施しています。評価の結果については、昇給区分の決定や勤勉手当の支給率に反映しています。

②一般職員

一般職員については、年1回の定期評定を実施しており、評定の結果については、昇任選考、昇給区分の決定等の参考にしています。また、年1回、職員が提出する自己申告書をもとに幹部職員が個別に面接を行い、職員の指導や育成を行っています。

8 職員の福祉及び利益保護の状況

職員の生活と精神の安定に寄与し、職員一人ひとりが能率的に公務にあたることできるよう、区では以下のとおり福利厚生事業を行っています。福利厚生事業は、法律で定めている法定事業と、事業主として実施している法定外のものに分かれます。

法 定	共済制度	東京都職員共済組合
	公務災害補償制度	地方公務員災害補償基金
	安全衛生管理	職員健康診断・職員健康相談(一部法定外)
		安全管理・職場環境衛生
法定外	互助制度	特別区職員互助組合
		北区職員互助会

○公務災害及び通勤災害の認定状況（令和5年度）

公務災害	通勤災害	合計
16人	7人	23人

Ⅱ 特別区人事委員会の業務状況の報告

特別区人事委員会は、23区全体の職員の採用(各区実施分を除く)や管理職選考、給与・勤務時間その他の勤務条件に関する報告及び勧告などを行っています。報告内容については、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、北区ホームページ及び図書館でご覧いただけます。

第21回 北区みんなで楽しむ

食育フェア

2025

イベントを通して地域とつながり、食の楽しさを大切さを再発見しよう!

令和7年1月25日 土

午前10時～午後4時
(入場は3時30分まで)

場 赤羽会館4階

問 健康政策課健康増進係

☎ (3908) 9068

入場無料


詳しくはこちら

環環境のことを考えた食生活を

輪人と人とのつながりをもっと広げ深めよう

和和食文化を守ろう

「食」に関する体験、展示が盛りだくさんこのイベントでは、食育の「わ(環・輪・和)」をテーマとした子どもから大人までお楽しみいただけるブースや展示があります。
詳しくは北区ホームページをご覧ください。



大ホール	
安全安心で食べておいしい野菜・加工品の販売 伝次平俱樂部 (群馬県前橋市富士見町)	噛む!カム!カミング! (公社)東京都北歯科医師会・(公社)東京都滝野川歯科医師会
かつお節削り体験 北区楽しい食の推進員会	食生活アカデミー キューピー(株)
セブン・イレブンで考える食の安全・安心 (株)セブン・イレブン・ジャパン	セブンプレミアムで考えてみよう! 毎日の食事と健康 (株)セブン&アイ・ホールディングス
はじめようコイ・ケア習慣 (株)湖池屋	減らそう!食品ロス リサイクル清掃課
おいしく食べて健康に! 「健康づくり推進店」を活用しませんか? 健康政策課	あなたの野菜摂取レベルを測定できます! ベジチェック® 健康政策課・カゴメ(株)
家庭で役立つ食品衛生 生活衛生課・北区食品衛生協会	ゲームで知ろう!～主食・主菜・副菜～ 保健サービス課(栄養)
みんなで作る 和食と楽しむパネルデコレーション 生涯学習・学校地域連携課	これから何回楽しめる? ～食事を楽しむために大切なこと～ 保健サービス課(歯科)

食育ミニ講座

①午前11時から 野菜足りていますか?ベジチェック®の測定値に 対するアドバイスをお伝えします カゴメ(株)	②正午から みそを知る!みその食べ比べ マルコメ(株)	③午後1時から プロに学ぶ!野菜のひみつ (株)セブン&アイ・ホールディングス	④午後2時から 野菜足りていますか?ベジチェック®の測定値に 対するアドバイスをお伝えします カゴメ(株)
---	-----------------------------------	---	--

大ホール前ロビー

鮫川村の物産販売
福島県鮫川村

和歌山県みなべ町の物産販売
和歌山県みなべ町

小ホール前ロビー

「食」を楽しもう! (クイズ・ゲーム)
東京都立赤羽北桜高等学校調理科

第4集会室

食育おもちゃとあそぼう
東京家政大学ヒューマンライフ支援センター

小ホール

東京ガスの食育
環境に配慮した食の取り組み
東京ガス(株)東京東支店

お味噌のことを「見て!触れて!味わって!」
もっと知ろう!
マルコメ(株)

健康寿命の延伸、
災害時の栄養の大切さを知る!
大塚製薬(株)

図書館で食育!
中央図書館

第5集会室

豆つかみゲーム
北区栄養グループ食彩

第6集会室

「食」を楽しもう! (ホワイトボードシアター)
東京都立赤羽北桜高等学校調理科

第7集会室

食育SATシステム
健康政策課・(株)岩崎

イベントなどの中止・延期や開催方法を多変する場合があります。詳しくは、各施設・担当課・実施機関のホームページをご覧ください。お問い合わせください。

問地域福祉課地域福祉係 ☎ (3908) 9041

北区ニュースは区の施設・駅広報スタンド・赤羽郵便局・王子郵便局・ファミリーマート（一部店舗を除く）・マルエツ田端・マルエツ浦上中里店に置いてありますので、ご利用ください。

子どもの幸せNo.1

プレーパークで新春遊び初め

桐ヶ丘中央公園（桐ヶ丘2ー7）

日 令和7年1月5日（日） 午前10時30分～午後5時

中央公園拡張部（十条台1ー2ー5）

※中央図書館横

日 1月6日（月）・13日（祝）・19日（日）・20日（月）・27日（月） 午前10時30分～午後5時

=以下、共通=

申 当日、直接会場へ

※雨天実施、荒天候は中止

問 北区で子どもの遊ぶ場をつくる会

☎ 090（1767）9094 詳しくはこちら

※詳しくはホームページをご覧ください。

HP <https://kita-asobo.jimdofree.com/>

子ども未来課子ども未来係

☎（3908）9097

赤ちゃん学級（2月）

対 区内在住で初めて赤ちゃんを迎える予定の妊婦とパートナー（出産予定月が令和7年4月～6月の方）

内 講座（妊娠出産の経過、パートナーシップ）、育児体験実習など（赤ちゃんのお風呂入れ ※お湯なし）

定 各12組24名（抽選）

申 令和7年1月1日（祝）から10日（金）までに、電子申請で申込

日 場 問 先 下表のとおり 詳しくはこちら

日程	会場	問い合わせ先
9日（日）	滝野川健康支援センター2階講堂（西ヶ原1ー19ー12）	滝野川健康支援センター ☎（3915）0184
22日（土）	北区保健所2階講堂（東十条2ー7ー3）	王子健康支援センター ☎（3919）7588

※車ででの来所はご遠慮ください。

はぴママ学級（2月）

対 区内在住の妊婦（出産予定月が令和7年4月～6月の方）

内 講座（お産の進み方、呼吸法の説明など）、育児体験実習など（赤ちゃんのお風呂入れ ※お湯なし）

申 令和7年1月1日（祝）から10日（金）までに、電子申請で申込

日 場 定 問 先 下表のとおり 詳しくはこちら

日程	定員（抽選）	会場	問い合わせ先
5日（水）・19日（水）	各12名	北区保健所2階講堂（東十条2ー7ー3）	王子健康支援センター ☎（3919）7588
3日（月）・10日（月）	各18名	滝野川健康支援センター2階講堂（西ヶ原1ー19ー12）	滝野川健康支援センター ☎（3915）0184

※車ででの来所はご遠慮ください。

中央公園文化センター区民講座
「にこにこカフェ～ママパパの学びと交流の場～こどもたちの『食べる力』を豊かに育もう！」

対 区内在住、在勤で3歳～未就学児の保護者

日 令和7年1月19日（日） 午前10時～正午

師 食育栄養インストラクター 渡邊麻純氏

定 12名（抽選）

【保育】6カ月以上の未就学児若干名（抽選）

※お子さん1名につき保険料10円

申 1月8日（水）までに、右記コード、電話または直接窓口で申込 ※保育希望の方はお子さんの名前・年齢（月齢）・性別をお伝えください。

問 場 先 中央公園文化センター（十条台1ー2ー1）（月曜、祝日休館）

☎（3907）5661

申込はこちら

北区ファミリー・サポート・センター事業 サポート会員養成講座（オンライン・対面）

北区ファミリー・サポート・センター事業は、サポート会員が子育て世帯の育児を支援する事業です。養成講座を修了された方がサポート会員（有償ボランティア）として登録できます。

対 20歳以上の方

日 令和7年1月26日（日）・27日（月） 計2回 午前10時～午後4時

場 1日目…オンライン（Zoom）
2日目…きらりあ北（王子5ー2ー5ー101）

内 子どもの成長・心の発達・安全・遊び・子育て支援について

師 保育士・消防署職員・社会福祉士

定 20名（申込順）

申 1月17日（金）までに電話申込

問 先 北区ファミリー・サポート・センター

☎（3912）1909

ぱくぱく子どもごはん講習会

対 区内在住で9カ月～1歳2カ月頃のお子さんの保護者（第1子・初めての方優先・保育なし）

日 令和7年1月17日（金）

①午前10時30分～11時30分
②午後1時30分～2時30分

内 離乳食後期・完了期から幼児食へのステップアップ方法

定 各9名（申込順）

申 12月24日（火）午前9時から電話申込

問 場 先 赤羽健康支援センター（赤羽会館7階）

☎（3903）6481

詳しくはこちら

そらまめ相談室（ひとり親家庭等相談室）のひとり親家庭（離婚前含む）の相談会

対 区内在住で、ひとり親家庭の保護者（離婚前の方も対象）

日 内 令和7年1月19日（日）

①弁護士による法律相談…午前9時～11時
②同相談室の相談員による一般相談…午前11時～午後2時
③ファイナンシャルプランナーによる家計相談…午後2時～5時

場 北とびあ8階801会議室

定 ①③各2名 ②3名（いずれも申込順）

申 1月17日（金）までに、ホームページまたは電話申込

問 先 そらまめ相談室

☎（3908）1363

HP <https://kitaku-hitorioya.jp/entry-20250119/> 詳しくはこちら

滝野川文化センター区民講座
「ハロー！みんなでいっしょに英語であそぼう！」

対 区内在住、在学の小学生とその保護者（2名1組）

日 令和7年1月25日（土） 午前10時～正午

師 英語講師 シャーメイン・サントス氏

【協力】㈱マミー・インターナショナルHD

定 10組（抽選）

申 1月10日（金）までに、右記コードで申込

問 場 先 滝野川文化センター（西ヶ原1ー23ー3）（月曜、祝日休館）

☎（5394）1230

申込はこちら

子供が輝く東京プログラミングコンテスト作品展示・表彰式

共催 北区教育委員会

日 作品展示…①令和7年1月25日（土）午後1時～6時
②26日（日） 午前10時～午後4時

表彰式…26日（日） 午後4時～4時40分

場 北とびあ15階ペガサスホール

内 小・中学生が作ったプログラミング作品を展示し、受賞者を表彰します。展示作品は、さわって動かすことができます。受賞者による作品紹介やクイズ大会など、楽しいイベントもあります。 詳しくはこちら

問 先 NPO法人プログラミング教育研究所

☎ 090（8494）5524

HP <https://j-code.org/contest/>

東洋大学運動教室

主催 東洋大学 鈴木智子ゼミ
後援 北区

①「ダンス教室」

対 区内在住、在学の小学生

※小学1年生～3年生は、保護者同伴

日 令和7年1月26日（日） 午前10時～11時30分

内 東洋大学健康スポーツ科学部の学生がダンスを指導します。人気アニメのテーマ曲に合わせて踊ります。

定 30名（抽選）

②遊びの中でいろいろな運動を体験する「ベーシックスポーツ教室」

対 区内在住、在学の小学1年生～3年生

※保護者同伴

日 1月26日（日） 午後1時～3時

内 東洋大学健康スポーツ科学部の学生と一緒に、スイング吊り輪・平均台・跳び箱などを利用して「ぶら下がる・跳ぶ・よじ登る」などさまざまな運動を体験します。

定 25名（抽選）

=以下、①②共通=

場 東洋大学赤羽台キャンパスHELSPOHUB-3 1階（赤羽台1ー7ー11）

①多目的室2 ②多目的室1

申 1月10日（金）までに、上記コードで申込

問 東洋大学 鈴木

☎ 090（4364）7034

EM t-suzuki@toyo.jp

申込はこちら

お産準備講座（プレママ&プレパパ講座）

後援 北区

対 区内在住の妊婦（パートナーの同伴可）

日 令和7年1月18日（土） 午前9時30分～11時30分（9時15分受付開始）

場 赤羽会館3階第2和室

内 お産の時の過ごし方、リラックス妊婦体操など

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

師 助産師

定 10名（申込順）

費 1名550円（当日支払）

申 12月20日（金）から1月10日（金）までに、Eメール（件名に「お産準備講座参加希望」、本文に参加者氏名を記入）またはX（旧Twitter）北区助産師会@kitakumidwifeの申込フォームで申込

問（公社）東京都助産師会北地区分会 赤田 ☎ 070（6574）1103

EM kita.ku.midwife@gmail.com

詳しくはこちら

ひとり親家庭のお子さんの手当

要申請

対 区内に住所があり、下表の受給要件に当てはまる児童を養育している方

※手当の支給は原則として申請の翌月分からです。

※児童育成手当は申請者の所得制限、児童扶養手当は申請者及び同居の親族の所得制限があります。

※そのほか、ひとり親家庭等医療費助成制度もあります。詳しくは右記コードをご覧ください。

問 先 子ども未来課子育て給付係（区役所第一庁舎2階6番） ☎（3908）9096

詳しくはこちら

手当	受給要件	月額	手続きに必要なもの
児童育成手当（都の制度）	18歳に達した日以後の最初の3月末日までの児童で次の①～⑨のいずれかの状態にある児童を養育する場合 ※児童扶養手当のみ、児童が中度以上の障害がある場合は20歳未満まで対象	1人あたり 1万3,500円	
児童扶養手当（国の制度）	①父母が離婚した児童（親権の有無は問わない） ②父または母が死亡した児童 ③父または母が生死不明である児童 ④父または母が重度の障害を有する児童 ⑤父または母に引き続き1年以上遺棄されている児童 ⑥父または母が裁判所からの配偶者暴力によるDV保護命令を受けた児童 ⑦父または母が引き続き1年以上拘禁されている児童 ⑧母が婚姻によらないで懐胎した児童（父の扶養がある場合を除く） ⑨母が児童を懐胎した当時の事情が不明な児童（棄児等）	【1人目】 全部支給…4万5,500円 一部支給…所得に応じて4万5,490円～1万740円 【2人目】 全部支給…1万750円加算 一部支給…所得に応じて1万740円～5,380円加算 【3人目以降】 全部支給…2人目加算額と同じ 一部支給…2人目加算額と同じ	・申請者の預金口座のわかるもの ・申請者及び児童の戸籍全部事項証明書（謄本）（発行日から1カ月以内のもの・原本） ・賃貸契約書または持家証明等 ※ほかに提出書類が必要な場合があります。



新しい教育長が就任しました

12月6日の区議会で、福田晴一の教育長の任命が同意され、12月7日に就任しました。任期は、令和9年12月6日までです。

●福田晴一の主な経歴

昭和31年生まれ。東京都公立小学校教員採用。校長職を退任後、東京都特別支援教室巡回相談心理士、東京学芸大学特命教授、埼玉県戸田市コミュニティ・スクールディレクターなどを歴任。

お知らせ

◆第2回北区スポーツ推進計画検討委員会

日 令和7年1月8日（水） 午後7時から
場 北とびあ7階701会議室
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ
問 スポーツ推進課スポーツ推進係
☎（5390）1134

◆北区自立支援協議会

●北区自立支援協議会

日 令和7年1月28日（火） 午後2時～4時
場 区役所第一庁舎4階第二委員会室
内 区の障害者に関する施策の検討など

申 傍聴希望の方は、1月27日（月）までに、Eメール（記入例参照）、右記コードまたは電話申込

●医療的ケア児・者支援部会

日 1月17日（金） 午後2時～4時
場 北とびあ9階902会議室
内 医療的ケア児・者支援のための地域の課題や対応策の検討など

申 傍聴希望の方は、1月16日（木）までに、Eメール（記入例参照）、右記コードまたは電話申込

=以下、共通=

問 先 障害福祉課障害福祉係
☎（3908）9085
EM s-fukushi-ka@city.kita.lg.jp

◆第4回東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会

日 12月26日（木） 午前11時10分から（10時10分受付開始）（予定）
場 東京区政会館20階202・203会議室（千代田区飯田橋3-5-1）
定 30名（先着順）
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ
問 東京二十三区清掃一部事務組合議会事務局 ☎（5210）9729

◆JR赤羽駅東口駅前広場指定喫煙場所改修工事延期

北区ニュース11月20日号で、12月10日（火）から20日（金）までの工事期間での改修をご案内していましたが、設備の電気工事に遅れが生じたため延期となりました。

延期後の改修時期が分かり次第、北区ニュース等でご案内する予定です。

問 環境課環境政策係地域美化担当
☎（3908）8610

はがき等の記入例

- ①講座・催し名
- ②郵便番号・住所（在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年を記入）
- ③氏名（ふりがな）
- ④年齢
- ⑤電話番号（FAX 番号）
- ⑥その他必要事項

◆令和6年度北区登録手話通訳者認定試験

対 次の①～⑤の要件をすべて満たす方

①障害者に対する理解があり、年間を通じて手話通訳活動が可能な方

②区内在住、在勤の方

※北区手話サークル会員であれば、区外在住、在勤でも受験可

③平成17年4月1日までに生まれた方

④北区以外で手話通訳者登録をしていない方

⑤令和6年度北区以外で手話認定試験を受験しない方

※本試験は北区手話講習会・通訳養成クラス基礎コース修了程度、手話学習歴3年以上の方を対象としています。

日 令和7年2月23日（祝） 午前9時30分～午後3時（予定）

場 区役所別館2階研修室

申 12月20日（金）から王子障害相談係（区役所第一庁舎1階2番）、赤羽障害相談係（赤羽会館6階）で配布する申込用紙に記入し、1月6日（月）から15日（水）までに郵送（当日消印有効）または直接窓口で申込

問 先 〒114-8508（住所不要）障害福祉課王子障害相談係手話担当
☎（3908）1358

◆アタマジラミの対策をしましょう

アタマジラミの特徴

成虫は体長が2～4ミリで、灰白色です。頭髮に寄生し、吸血してかゆみを引き起こします。かゆみの程度は個人差があり、病気を媒介することはありません。卵は長さ0.5ミリの白色で、髪にくっついてなかなか取れません。なお、プールなど水を介して感染することはありません。

日頃からの予防

耳の後ろや後頭部までシャンプーでしっかり洗髪しましょう。お子さんは、大人が髪の手つけ根までよく洗いましょう。

頭に直接触れるタオルやブラシ、帽子、ヘアゴムなどの共有は避けましょう。

家庭で行う対策

卵や幼虫・成虫を見つけたら、次の3つの対策を10日間行ってください。

①毎日洗髪しましょう

シャンプーで洗髪すれば成虫や幼虫は洗い流すことができます。駆除用のシャンプーを使用するとより効果的です。卵は1週間ほどで幼虫になるので継続が大切です。

②髪をくしでとしましょう

目の細かいくしで、丁寧にときます。卵や幼虫・成虫には専用のすきぐしを使用すると効果的です。すきぐしは保健所で貸し出しています。

③身の回りの物の共用は避けましょう

頭に触れる物は毎日交換し、洗濯します。洗えない物はハケなどをかけましょう。

また、個人専用のものとし、場所を区別して、ほかの人の衣類などと重ねて置かないようにしましょう。

問 北区保健所生活衛生課環境衛生
☎（3919）0720



貸出し用すきぐし



詳しくはこちら

◆令和6年度産学連携研究開発支援事業助成対象事業の決定

区では、中小企業を対象に大学等の有する研究成果や技術等を活用して技術開発や研究を行う際に要する経費の一部を助成しています。今年度の助成対象事業は下表のとおりです。

開発テーマ・連携先	事業所名
ラボラトリーオートメーションの実証実験と制御技術の開発 国立研究開発法人日本原子力研究開発機構	(株)藤原製作所 (西ヶ原1丁目)

問 産業振興課商工係
☎（5390）1235

◆自転車駐車場の開設

上中里駅前自転車駐車場（コイン式）

【開設日】12月2日（月）

【場所】上中里1-37-13先

問 土木管理課自転車対策係
☎（3908）9218

十条駅西口自転車駐車場（地下式）

【開設日】令和7年1月10日（金）

【場所】上十条2-27先

※現在ご利用いただいている仮設の自転車駐車場は、1月9日（木）をもって閉鎖します。

問 (株)ソーリン（指定管理者）
☎（5856）4665

土木管理課自転車対策係
☎（3908）9218

休 館

●障害者福祉センター

日 令和7年1月13日（祝）

内 施設内点検のため、利用できません。

問 障害者福祉センター
☎（3905）7111

●赤羽文化センター

日 1月21日（火）

内 施設保守点検・定期清掃日のため、施設の利用及び利用申込の受付はできません。

問 赤羽文化センター
☎（3906）3911

●滝野川図書館・神谷図書館

内 特別整理のため、利用できません。

日 1月21日（火）から23日（木）

問 中央図書館
☎（5993）1125

募 集

◆北区地域づくり応援団事業の募集

NPOやボランティア団体等が主体となつて行う事業に対して助成します。要件、選定方法等は北区ホームページをご覧ください。

【助成金額及び助成予定事業数】

①20万円上限：10事業

②50万円上限：6事業

申 助成金交付申請書に所定の書類を添えて、直接窓口にお申し込みください。

【募集期間】

令和7年1月6日（月）～31日（金）

●事業説明会（募集要項に沿って説明）

日 ①1月8日（水） 午後2時から

②9日（木） 午後7時から

※各回、同一内容で1時間程度

場 北とびあ9階901会議室

=以下、共通=

問 先 地域振興課地域振興係
北区地域づくり応援団事業募集担当（北とびあ10階）
☎（5390）0093



詳しくはこちら

◆令和7年度ふるさと納税新規返礼品募集

北区へふるさと納税をしていただいた方への新規返礼品を募集しています。返礼品には地場産品基準などの条件を満たす必要がありますので、下記コードから募集要件をご確認のうえご応募ください。採用になった返礼品は令和7年10月1日（水）から提供開始予定です。

【募集締切】3月31日（月）

問 税務課税務係
☎（3908）1114
EM zeimu-ka@city.kita.lg.jp

ご応募はこちら



講座・催し

◆女性の活躍推進応援塾

①キャリアアップセミナー

「伝える」から「伝わる」へ
相手の心を動かすプレゼンテーションのコツ

対 キャリアアップしたい女性、テーマに関心のある女性

日 令和7年1月25日（土） 午後2時～4時

師 E-ComWorks（株）代表取締役
山本衣奈子氏

定 30名（申込順）

申 12月20日（金）午前9時から申込フォーム、電話または直接窓口で申込

※保育〔1歳以上の未就学児。定員あり（抽選）〕希望

山本衣奈子氏

の方は、12月27日（金）までに、お子さんの氏名、生年月日、性別をご連絡ください。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



詳しくはこちら



申込はこちら

②リスティングセミナー

はじめてのリスティング！これから始める
女性のためのWebマーケティング入門

対 新しいスキルを学びたい女性、テーマに関心のある女性

日 2月1日（土） 午後2時～4時

師 （一社）デジタルワークママ協会代表
武尾はるか氏

定 30名（申込順）

申 12月20日（金）午前9時から申込フォーム、電話または直接窓口で申込

※保育〔1歳以上の未就学児。定員あり（抽選）〕希望

武尾はるか氏

の方は、12月27日（金）までに、お子さんの氏名、生年月日、性別をご連絡ください。

※手話通訳を希望の方は12月27日（金）までに、お申し込みください。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



詳しくはこちら



申込はこちら

=以下、①②共通=

問 場 先 スペースゆう（北区男女共同参画活動拠点施設）（北とびあ5階）
☎（3913）0161
EM danjo-c@city.kita.lg.jp

◆就職支援セミナー「わが子の就活」

対 高校生・大学生・短大生・専門学校生、就活中のお子さんの保護者

日 令和7年1月25日（土） 午前10時～正午（9時30分受付開始）

場 北とぴあ9階901会議室

内 劇的に変わった就職環境の動向・就活の実態と親だからできるサポートについてお話しします。

師（株）HRP代表取締役 澤本和重氏

定 30名程度（申込順）

申 1月21日（火）までに、Eメール（記入例参照。お子さんの現況も記入）または右記コードで申込

問先 産業振興課産業振興係

☎（5390）1234

EM kitaku-job@city.kita.lg.jp

◆ネズミ・衛生害虫対策講習会「屋外におけるネズミ対策」

対 町会・自治会、区内の飲食店営業者など

日 令和7年2月28日（金） 午後2時～4時

場 北区保健所2階講堂（東十条2-7-3）

内 専門知識を持つ講師が屋外ネズミの生態や地域で出来る対策をわかりやすくお話しします。

師（公社）東京都ペストコントロール協会 味口裕仁氏

定 60名（申込順）

申 1月14日（火）午前9時から電話申込

問先 北区保健所生活衛生課環境衛生

☎（3919）0720

◆滝野川文化センター講座

①区民講座

「更年期を知って&ケア体験で健康美人に！～楽しくキレイに年齢を重ねるために～」

対 区内在住、在勤、在学の女性

日 令和7年1月19日（日） 午前10時～11時30分

場 滝野川文化センター（西ヶ原1-23-3）

師 更年期ケアのちえぶら更年期ライフデザインファシリテーター 菊池志麻氏

費 600円程度（教材費・保険料）

②特別講座北区でくらす・はたらくvol.10「ユニバーサルシアターでおススメ映画を楽しもう！～シネマ・チュプキ・タバタ～」

日 2月19日（水） 午後2時～4時

場 シネマ・チュプキ・タバタ（東田端2-8-4）

内 ユニバーサルシアターについてのお話と音声ガイド・字幕付きでおすすめ映画の鑑賞、感想シェア会（上映映画は2月の上映作品から選びます）

師 シネマ・チュプキ・タバタ 代表 平塚千穂子氏

費 2,000円（飲物付）

＝以下、①②共通＝

定 20名（抽選）

申 ①1月5日（日）、②2月6日（木）までに、上記コード、電話または直接窓口で申込

問先 滝野川文化センター（月曜、祝日休館）

☎（5394）1230

シネマ・チュプキ・タバタ

◆中央公園文化センター特別講座

①中国の歴史と現代世界

日 令和7年2月8日…中国史の特徴

22日…清朝と中華民国

3月8日…国共内戦と日中戦争

22日…中華人民共和国の成立と現代の動向

各土曜 計4回 午後2時～4時

師 元順天堂大学講師 小林克則氏

定 20名（抽選）

費 5,000円（4回分受講料・資料代）

②第35回きたくせんたー寄席～柳家吉緑・古今亭佑輔～

日 2月16日（日） 午後1時30分～3時30分

内 落語各2席をお楽しみいただきます。

定 70名（抽選）

費 大人1,000円、子ども（小中高校生）500円

※未就学児不可

柳家吉緑

古今亭佑輔

＝以下、①②共通＝

申 ①1月30日（木）、②2月4日（火）までに、上記コード、電話または直接窓口で申込

問場先 中央公園文化センター（十条台1-2-1）（月曜、祝日休館）

☎（3907）5661

◆犬の飼い主講座「犬のしつけ方教室」

対 区内在住の犬を飼育している16歳以上の方

日 令和7年1月18日（土） 午後1時30分～3時30分

場 北区保健所講堂（東十条2-7-3）

内 犬の習性と日常に必要な犬のしつけの講義とモデル犬を使った実演を行います。

師 元環境省動物適正飼養講習会講師 藤井聡氏

定 20名（申込順）

申 12月23日（月）午前9時から電話申込

問先 北区保健所生活衛生課生活衛生係

☎（3919）0431

※犬は同伴できません。

※車ででの来所はご遠慮ください。

◆北区飛鳥山博物館講座「第42回新聞から読む考古学－2024年下半年を振り返る－」

日 令和7年1月25日（土） 午後2時～4時

場 同館講堂

内 新聞を賑わす考古学の記事の中から、これは!という記事をピックアップして解説します。

師 同館学芸員

定 60名（抽選）

費 100円（資料代）

申 往復はがき（記入例参照）または電子申請で、12月20日（金）から1月7日（火）（必着）まで

※電子申請は午後4時まで

問先 〒114-0002 王子1-1-3 飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館（月曜休館）

☎（3916）1133

◆北区コミュニティビジネス創業支援ネットワークセミナー（フィールドワーク&ワークショップ）芥川龍之介と考える～人が集まるコミュニティの作り方～

日 令和7年1月18日（土） 午後1時30分～4時

場 田端文士村記念館1階ホール（田端6-1-2） ※その後田端ふれあい館に移動

師（株）ぷらっとマルシェ 椿 克美氏

定 15名（申込順）

申 1月15日（水）までに、右記コードまたはEメールで申込

問先（株）ぷらっとマルシェ

☎（3903）7607

EM info@pmc.tokyo.jp

◆黄犬忌記念事業 無料講演会 ドナルド・キーンと軽井沢～2022年「生誕100年 ドナルド・キーン展 軽井沢と日本語の美」を開催して～

日 令和7年2月23日（祝） 午後2時～午後3時30分（1時30分開場）

場 北とぴあ14階カナリアホール

内 軽井沢での執筆活動について、ドナルド・キーンと親交のあった軽井沢高原文庫館長である大藤敏行氏が思い出とともに語ります。

師 軽井沢高原文庫館長 大藤敏行氏

定 100名（抽選）

申 はがき、Eメール（記入例参照）または右記コードで、2月3日（月）（必着）まで

問先 〒114-8503（住所不要）文化施策担当課

☎（5390）0093

EM bunka-ka@city.kita.lg.jp

◆中央公園文化ひろば 1月のプログラム ギターと歌のひろば

日 令和7年1月19日（日） 午後2時～4時

内 紅葉ギター同好会メンバーが演奏します。9月の文化センター祭ではできなかった独奏や、懐かしい童謡、フォークソングなど一緒に自由な雰囲気でお楽しみましょう。

【参加団体】紅葉ギター同好会

申 当日、直接会場へ

問場 中央公園文化センター（十条台1-2-1）

☎（3907）5661

昨年の様子

◆図書館で読書会

日 令和7年1月11日（土） 午後1時30分～3時

場 中央図書館3階ホール（十条台1-2-5）

内 参加者同士で課題本についての感想を話し合います。一人で読むのとはまた違った本の読み方を楽しむ会です。小中高生の参加も大歓迎です。今回の課題本は『魔法のカクテル』（ミヒャエル・エンデ/作 川西美沙/訳）です。

【あらすじ】大晦日の夜、魔術師と魔女は地球の自然を破壊するために、どんな願いも叶う魔法のカクテルをつくりまします。猫とカラスは、そんな二人の悪事を止めようと奮闘するのですが…。

申 当日、直接会場へ

問 中央図書館事業係

☎（5993）1125

◆ぷらざ劇場

日 令和7年1月18日（土） 午前11時～正午、午後1時～4時

場 北区NPO・ボランティアぷらざサロンコーナー（北とぴあ4階）

内 地域の市民活動団体の方々が日ごろの活動（舞踊、落語、音楽演奏など）を発表します。

定 30名（先着順）

申 当日、直接会場へ

問 北区NPO・ボランティアぷらざ（月曜、祝日休館）

☎（5390）1771

◆冬越しする生きものをさがそう

対 区内在住、在勤、在学、在園の5才以上の方（小学3年生以下は保護者同伴）

日 令和7年2月8日（土） 午前10時～11時30分

内 ダングムシやカメムシなど、冬越しする生きものを探して観察します。

定 10組（抽選）

申 往復はがき（記入例参照。電話は当日連絡のつく番号）または「自然ふれあい情報館ブログ」内にある申込フォームで1月29日（水）（必着）まで

問場先 〒114-0031 十条仲原4-2-1 清水坂公園内 自然ふれあい情報館（月曜（祝日の時は翌日）休館）

☎（3908）0804

HP <https://jyohokan.exblog.jp>

◆赤羽文化ひろば1月のプログラム マンドリンコンサート

日 令和7年1月25日（土） 午後2時～4時（1時30分開場）

内 懐かしい名曲の数々をマンドリンとギターの演奏でお楽しみください。

【参加団体】音夢の樹楽団

定 100名（先着順）

申 当日、直接会場へ

問場 赤羽文化センター（赤羽西1-6-1-301）

☎（3906）3911



昨年の様子

◆北区担い手みらい塾2024

共催 東京商工会議所北支部

①第9回北区担い手みらい塾2024

日 令和7年1月8日（水） 午後6時から

【テーマ】勝手に観光協会は大人のホビー～みんなでSNS発信して地方創生～

師 墨田区観光協会理事 久米信行氏

②第10回北区担い手みらい塾2024

日 2月12日（水） 午後6時から

【テーマ】まちづくりの過去と未来

師 東京都北区副区長 犬飼 武

＝以下、①②共通＝

対 区内在住、在勤、在学の方

場 北とぴあ15階ペガサスホール

定 各20名（申込順）

申 傍聴希望の方は、①12月27日（金）、②2月6日（木）までに、右記コードで申込

※テーマは変更する場合があります。

問先 産業振興課産業振興係

☎（5390）1234

講座・催し

◆ものづくり中小企業の経営者に
向けた生き残り戦略セミナー
（横浜野製作所 施設見学）

対 当日現地集合可能な北区内中小企業者
（経営者及び従業員）
日 令和7年1月28日（火） 午後2時～午後
4時30分
場 横浜野製作所（墨田区八広4-39-7）
内 都心部の中小製造業が直面する厳しい状
況に対し、同社の成功事例を交えた中小企
業の事業展開戦略について講演します。
同社の都市型ものづくり実験施設「Garage
Sumida」もご見学いただけます。
師 同社代表取締役 浜野慶一氏
定 20名（申込順）
申 1月21日（火）までに、右記
コードで申込
問 産業振興課商工係
☎（5390）1235 申込はこちら

◆おちゃのこ祭祭2025
参加団体募集説明会

「誰もが安心して暮らせるまちづくり」にむ
けて、福祉、環境、文化・芸術など、さまざま
なボランティアや市民活動のネットワークづく
りを目的としたお祭りです。「福祉のまちづく
り」のために、一緒にお祭りをつくりませんか。
対 「おちゃのこ祭祭2025」に参加を検討さ
れる個人・団体の方
※今回が初めての参加となる場合は説明会
への参加が必須です。
日 ①令和7年1月23日（木） 午後6時～8時
②25日（土） 午前10時～正午
場 岸町ふれあい館第1集会室
（岸町1-6-17）
内 開催趣旨、参加形態、参加条
件の説明
申 1月17日（金）までに、右記
コードまたは電話申込
問 先 北区社会福祉協議会 申込はこちら
☎（3905）6653

◆歩こう会「お江戸両国歴史探訪」
（半日コース）

共催 北区教育委員会
対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方
※小学生は保護者同伴、未就学児も参加可
日 令和7年1月26日（日） 午前9時北とび
あ前集合 ※小雨決行
【行程】王子駅 両国駅～吉良邸跡～
回向院～旧安田庭園～横綱町公園（ガイド
あり）～鳥越神社（解散）
【歩行距離】約4km
定 50名（抽選）
費 大人200円、中学生以下50円
（保険代など）※交通費各自負担
申 12月20日（金）から31日
（火）までに、Eメール（記入例
参照）、右記コードまたは電話
申込
問 先 北区青少年団体連合会 申込はこちら
山越 ☎080（1385）5729
EM kitaku.seidanren@gmail.com



◆区民のための
健康マージャン交流会

後援 北区教育委員会
対 区内在住、在勤の方
①マージャン経験が少ない初心者
②マージャン経験が長くベテランの方
※経験値をもとに卓組みします
日 令和7年1月17日（金） 正午～午後5時
場 北とびあ7階第一研修室
定 40名（申込順）
費 1,200円
申 電話申込 ※申込の際に①②のどちらか
をお伝えください。
問 先 NPO法人健康麻将全国会 えのき 榎
☎070（6454）8141

◆室内楽「北のソノリテ」演奏会に
ご招待

後援 北区文化振興財団
対 区内在住、在勤、在学の方
（未就学児不可）
日 令和7年2月23日（祝） 午後1時開演
場 北とびあつつじホール
内 解説を交えながら息の合った室内楽の響
きをお届けします。
定 60名（抽選）※全席自由
申 はがき〔記入例参照。希望
人数（2名まで）、全員の氏名、
車イス席希望の方はその旨も
記入〕または右記コードで、1月
10日（金）（必着）まで 申込はこちら
※抽選結果は招待券の発送をもって代えさ
せていただきます（1月下旬予定）。
問 先 〒114-0023 滝野川1-93-16-
1101 高橋方「北のソノリテK係」宛
HP http://snrt.web.fc2.com/

スポーツ

◆全身運動で歩く！
ノルディックウォーキング

①はじめてのノルディックウォーキング
対 区内在住、在勤の日常的な歩行に支障の
ない18歳以上の方
日 令和7年1月18日（土）、2月15日（土）
午前11時～午後0時30分
②長距離を歩こう！ノルディックウォーキング
対 過去にパノラマプールのノルディック
ウォーキング教室に参加された方
日 1月25日（土）、2月22日（土） 午前11時
～午後0時30分
=以下、①②共通=
場 パノラマプール十条台周辺の屋外
内 専用プールを使用します。上半身の筋肉
を動かし、効率的に全身運動を行うスポーツ
です。階段の上り下りを含めて2km以上の歩
行をします（プールの貸出あり）。
※雨天中止
師 フクシ・エンタープライズ
定 15名程度（抽選）
費 ①各500円（初回ポール代無料）
②各800円
※別途ポール代200円必要
申 往復はがき（記入例参照）
またはホームページで、各開催
日10日前（必着）まで 詳しくはこちら
問 先 〒114-0032 中十条1-5-6
パノラマプール十条台管理事務所
☎（5993）8337
HP https://jyujyodai-pool.jp

◆ジュニアスポーツ指導者講習会
「ジュニア期におけるメンタルコン
ディショニングと指導者の関わり方」

対 現在子どものスポーツ指導をしている方、
運動をしているお子さんの保護者
日 令和7年1月30日（木） 午後6時45分～
8時15分（6時30分受付開始）
場 北とびあ7階第二研修室
内 メンタル面の指導を正しく行うことによ
り、集中力が高まり、ベストパフォーマンスを
継続的に発揮できるようになります。ジュニ
アスポーツ指導者に必要なメンタル面の基礎的な
理論や指導方法について
学びます。
師 玉川大学准教授
阿部隆行氏
定 40名（申込順）
申 1月22日（水）までに、北区
ホームページの申込フォーム
または電話申込
問 先 スポーツ推進課
スポーツ支援係
☎（5390）1135 詳しくはこちら

◆赤羽体育館「フットサル教室」

対 ①フットサルを始めたい4歳～小学2年生
②フットサルに興味のある小学3年生～6年生
日 令和7年1月9日～3月13日（2月27日を
除く） 毎週木曜
①午後4時～5時 ②午後5時～6時
費 1,350円
申 当日、直接会場へ
問 場 赤羽体育館サブアリーナ
（志茂3-46-16）
☎（3901）3140 詳しくはこちら
HP https://kita-tai.com

◆女子生徒・児童サッカークリニック

主催 （一社）東京都北区サッカー協会
後援 北区・北区体育協会
対 区内在住、在学の①小学5・6年生女子及
び中学生女子 ②小学1年生～4年生女子
日 令和7年1月13日（祝）、2月15日（土）、3月
8日（土） いずれも午後3時15分～6時
（3時受付開始）※雨天中止
場 赤羽スポーツの森公園競技場
（赤羽西5-2-27）
師 ①日本サッカー協会JFAコーチ関東女子
担当 池田浩子氏
②北区サッカー協会指導者
定 ①30名 ②50名（いずれも申込順）
費 ②のみ300円
（保険料・当日集金）
申 各開催日の1週間前の正午
までに、右記コードで申込
問 先 小更 申込はこちら
☎070（5579）9564

つなぐ医療・福祉No.1

要介護（要支援）認定者の
障害者控除対象者認定の申請

令和7年1月6日（月）から窓口及び郵送に
加え、お手持ちのスマートフォンやパソコン
から申請が行えるようになります。
問 高齢福祉課高齢相談係
☎（3908）9083 申込はこちら
（電子申請は
1月6日公開予定）

高齢者向けスマートフォン相談会

対 スマートフォンをお持ちの区内在住の65
歳以上の方
日 令和7年1月17日（金） 午前9時30分～
午後4時30分
場 赤羽会館4階小ホール
内 スマートフォンの使い方や操作方法に関
する疑問や不安の解消のためのマンツーマ
ンの相談会です。
【相談例】スマートフォンとフィーチャーフォ
ン（ガラケー）の違い、二次元バーコードの読取
方法、Wi-Fiの接続方法、マップアプリの使
い方など
※最大30分間相談できます。
※ご予約いただいても、当日お待ちいただく
場合があります。
定 60名（申込順）
申 12月20日（金）から27日（金）、1月6日
（月）から16日（木）までに、電話申込
問 先 北区高齢者デジタルデバインド対策ス
マートフォン講座等事務局
☎0120（503）615
【受付時間】月～金曜（祝日を除く） 午前10
時～午後6時
※電話が混み合う場合があります。あらかじ
めご了承ください。

北区高齢者いきいきサポーター制度
交付金申請の受付

対 いきいきサポーター制度登録者で、介護
保険料の未納・滞納がなく、令和6年中に集
めたスタンプが10個以上の方
【申請受付期間】令和7年1月16日（木）～2月
28日（金） 火～土曜…午前10時～午後3時、
日曜…午前10時～午後2時
※2月9日（日）、月曜、祝日を除く
※電話で事前予約が必要です。
※申請受付期間中に本人が申請してください。
【持ち物】令和6年いきいきサポーター手帳
（繰り越しスタンプがある方は令和5年手帳
も持参）、交付金交付申請書、介護保険被保
険者証、印鑑（交付金交付申請書に押印した
印鑑、シャチハタ以外）、アンケート
※交付金交付申請書・交付金申請の手順・ア
ンケートは、12月中にご自宅に郵送します。
場 北区NPO・ボランティアぷらざ
（北とびあ4階）
問 先 NPO法人東京都北区市民活動推進機構
（北区NPO・ボランティアぷらざ内）
（月曜、祝日、年末年始休館）
☎（5390）1771

志茂老人いこいの家
1・2月のイベント

●志茂deつくろう
対 区内在住の60歳以上の方
※利用の際には登録をお願いします（健康保
険証などの身分証をお持ちください）。
日 ①令和7年1月11日（土）・12日（日）
②2月8日（土）・9日（日）
午前10時～午後2時30分（受付2時まで）
内 ①くみひもストラップづくり
②おりがみで作るひなかつり
定 ①20名 ②15名（いずれも先着順）
●ぬりえカレンダー
日 1月25日（土）・26日（日）、2月22日（土）・
23日（祝） いずれも午前10時～午後4時
※詳しくはお問い合わせください。
=以下、共通=
問 場 志茂老人いこいの家
（志茂1-2-22元気ぷらざ内）
☎（3902）5608 詳しくはこちら

家族介護者教室
「懐かしの昭和歌謡でリフレッシュ♪」

対 区内在住、在勤の方
日 令和7年1月17日（金） 午後2時～3時30分
場 滝野川会館5階小ホール
内 年の始めに懐かしい昭和歌謡をみんなで楽しみませんか。
師 おもひでロマンチカ 橋本保憲氏、森田哲至氏
定 30名（申込順）
申 12月21日（土）午前10時から電話申込
問 先 滝野川はくちょう高齢者あんしんセンター
☎（3822）6080

介護予防で元気はつらつサロン

●元気はつらつ体操サロン
対 赤羽北1～2丁目、赤羽北3丁目（3～5、16～27除く）、赤羽台4丁目2～15、17（9・25～65）、18、19、赤羽3丁目5（1・13～15）、6（10～26）、7～29に在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方
日 令和7年1月21日（火） 午後2時～3時30分
場 赤羽北区民センター2階第1ホールA（赤羽北2ー25ー8ー201アクトピア北赤羽六番館）
内 自宅でできる介護予防体操
【持ち物】動きやすい服と運動靴、タオル、飲み物、マスク
師 介護予防主任運動指導員 川崎初美氏
定 20名（申込順）
申 12月25日（水）午前9時から電話申込
問 先 赤羽北高齢者あんしんセンター
☎（5948）5940

●やさしいヨガで、心とカラダを整える

対 区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方
日 1月30日（木） 午後2時～3時30分
場 王子ふれあい館第1ホール（北区豊島1ー14ー12）
内 イスに座ってできるヨガを学びます。
師 ヨガ療法士 駒谷光美氏
定 20名（申込順）
申 12月23日（月）午前10時から電話申込
問 先 王子光照苑高齢者あんしんセンター
☎（3927）8899



認知症サポーター養成講座

対 区内在住、在勤の方 日 令和7年1月18日（土） 午前10時～11時30分
場 東田端ふれあい館（東田端2ー20ー51）
内 認知症の人や家族が地域で安心して生活できるように地域で見守り、応援する「認知症サポーター」になりますか。講座を受講された方には「認知症の方やご家族を支援します」という証の「認知症サポーターカード」をお渡しします。
定 20名（申込順）
申 12月23日（月）午前10時から電話申込
問 先 新町光陽苑高齢者あんしんセンター
☎（5855）1219



北区認知症支援キャラクター「こんちゃん」

地域の担い手づくり講演会
「初めての健康マージャンで地域活動デビュー～興味や趣味で地域と繋がろう～」

対 区内在住の60歳以上で、健康マージャン未経験者または初心者
日 令和7年1月27日（月） 午後2時～4時（1時30分入場開始）
場 北とぴあ13階飛鳥ホール
内 「賭けない・飲まない・吸わない」の3ないをルールとした健全な頭脳スポーツである健康マージャンをきっかけに、人と人との関わり合う機会の重要性について考えながら、地域との繋がりを一歩を踏み出してみませんか。【持ち物】筆記用具
師 NPO法人健康麻将全国会代表理事 金澤喜重氏 定 50名（申込順）
申 12月23日（月）午前9時から1月14日（火）午後5時までに電話申込（土・日曜、祝日、年末年始を除く）
問 先 長寿支援課 ☎（3908）9017

障害者福祉センタータブレット講座
（知的障害者対象）

対 区内在住の15歳以上で、愛の手帳をお持ちのタッチ操作が可能な初心者
日 令和7年2月7日～2月28日 毎週金曜計4回 午前9時30分～11時30分
内 基本的なタブレット操作方法
師 下澤恵子氏 定 4名（抽選）
申 往復はがき、ファクス、Eメール（記入例参照）で、1月17日（金）（必着）まで
問 場 先 〒114-0032 中十条1-2-18 障害者福祉センター事業係
☎（3905）7121 FAX（3905）7116（土・日曜、祝日を除く）
EM c-jigyo@city.kita.lg.jp

介護予防講演会
「人生100年時代これからの人生で1番若い”今”からはじめる介護予防～健康長寿の秘訣は仲間づくりと社会参加～」

体操図付手ぬぐいプレゼント！
対 区内在住の方
日 令和7年1月15日（水） 午後2時～3時30分（1時30分開場）
場 赤羽会館1階講堂
内 活動中の自主グループによるご近所体操・講演「介護予防はいつから始めても遅くない」※手話通訳あり
師 東京都健康長寿医療センター研究所 高齢者健康増進事業支援室 研究部長 大淵修一氏
定 200名（先着順）
【持ち物】筆記用具
申 当日、直接会場へ
問 長寿支援課
☎（3908）9017



大淵修一氏

きらりアドリームコレクション2025
出場者募集

対 同館の利用カードをお持ちの区内在住、在勤、在学の方
日 令和7年3月22日（土） 午後1時～4時
場 いきがい活動センターきらりあ北2階ホール（王子5ー2ー5ー101）
内 子どもからシニアまで国籍、障害の有無にかかわらずあなたの想いをかたちにするファッションショーを開催します。
定 20組（抽選）
申 1月4日（土）から2月10日（月）までにEメール、電話または直接窓口で申込
問 先 いきがい活動センター きらりあ北
☎（5390）2220
EM kirarior.dream.collection@gmail.com



詳しくはこちら（12月20日公開予定）



介護者のための摂食えん下講座
～いつまでも安全にご飯を口から食べられるように～

対 在宅療養高齢者の介護者、摂食えん下機能について関心のある方（区内在住、在勤の介護者優先）
日 ①令和7年1月31日（金） ②2月6日（木） いずれも午前10時～11時30分
場 ①北とぴあ7階第一研修室 ②北とぴあ7階第二研修室
内 ①摂食えん下機能の基礎知識編 ②介護用ベッドを使った実践編
師 東京北医療センターリハビリテーション室 言語聴覚士 長澤主紀氏
定 50名（申込順）
申 1月17日（金）までに、北区ホームページまたは電話申込
問 先 健康政策課地域医療係
☎（3919）9601



詳しくはこちら

初めての人のためのZoom講座

対 当館の利用カードをお持ちで、ビデオ通話Zoomに興味があり、体験してみたい区内在住、在勤の60歳以上の方
日 ①令和7年1月21日（火） ②2月18日（火） いずれも午後2時～3時 ※①②同一内容
場 いきがい活動センターきらりあ北（王子5ー2ー5ー101）
内 インストールから初歩的な機能の使い方をお伝えします。
定 各5名（抽選）
申 12月25日（水）から1月10日（金）までに、Eメール（記入例参照）、電話または直接窓口で申込 ※抽選結果は1月14日（火）午前10時からホームページに掲載します。
問 先 いきがい活動センターきらりあ北
☎（5390）2220
EM kitaku-ikigai@foryou.or.jp



詳しくはこちら（12月20日公開予定）

令和7年1月の健康に関する事業（予）…予約制

北区保健所 ☎（3919）3101 FAX（3919）5163
HIV・梅毒検査予約電話 ☎（3919）3102

区分	対象	実施日	受付時間	結果日
HIV・梅毒検査（即日検査）（予）（※1）	匿名・無料（住所等の要件なし・申込制）	6日（月） 27日（月）	午後1時～1時45分	検査当日
腸内細菌検査（検便）（赤痢菌・チフス菌・O157など）（※2）	区内在住、在勤、在学の方・有料	7日（火） 14日（火） 21日（火） 28日（火）	午前9時～午後3時	14日（火）以降 20日（月）以降 27日（月）以降 2月3日（月）以降
肝炎検査（予）※北区から委託を受けた医療機関で実施	区内在住の20歳以上で、過去に検査未受診の方（申込制）・無料	検査申込後にお送りする「北区肝炎ウイルス検診受診票」をご覧ください。	北区ホームページまたは電話申込 北区保健所 感染症係 ☎（3919）3102（月～金曜 午前9時～午後5時）	受診する医療機関にお問い合わせください。

（※1）梅毒検査は、HIV検査を受ける方で希望する方が対象です。北区ホームページからのインターネット予約も可能です。
（※2）容器の事前受け取りをおすすめしています。多人数の申込は、事前にお問い合わせください。

王子健康支援センター ☎（3919）7588 FAX（3919）5163
赤羽健康支援センター ☎（3903）6481 FAX（3903）6486
滝野川健康支援センター ☎（3915）0184 FAX（3915）0171

区分	会場	実施日	詳しくはこちら
リフレッシュタイム（母親対象）～心の声をつぶやこう～（予）	王子 赤羽 滝野川	8日（水） 23日（木） 23日（木）	
ツインズ・イン・北区（多胎児の会）（予）	赤羽	22日（水）	
2歳児歯科健康診査（予）	王子 赤羽 滝野川	20日（月） 17日（金） 31日（金）	
精神保健相談（予）	王子 赤羽 滝野川	23日（木） 30日（木） 17日（金）	
専門医相談（依存症等）（予）	滝野川	31日（金）	

※相談・予約は各健康支援センターへお問い合わせください。

電話相談 1月の

北区医師会 医療電話相談
【時間】午後1時20分～2時50分
☎（5390）3131

月	日	時間	科目
1月	6日	休み	
	13日	休み	
	20日	小児科	
	27日	内科	
	3日	休み	
2月	10日	耳鼻咽喉科	
	17日	内科	
	24日	精神科	
	31日	内科	
	1日	休み	
3月	8日	内科	
	15日	整形外科	
	22日	泌尿器科	
	29日	皮膚科	

国保

◆生活習慣病の疑いがある方へご案内をお送りします

特定健康診査の結果、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、いずれかの病気の疑いがある方へ、医療機関の受診のご案内をお送りします。

対北区国民健康保険の加入者のうち、令和6年6月から8月に特定健康診査を受診した方

問国保年金課庶務係 ☎（3908）1193

国民年金

◆産前産後期間の国民年金保険料が免除されます

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から最大6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

対国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の方（届出時期）出産予定日の6カ月前から

※母子健康手帳などが必要です。詳しくはお問い合わせください。

問先国保年金課国民年金係 ☎（3908）1138

北年金事務所 ☎（3905）1011

火災多発期の住宅火災を防ぎましょう！
（消防署からのお知らせ）

12月から3月までは火災が多く発生する火災多発期です。ストーブの周囲には可燃物を近づけないよう気を付けてください。

近年、電気火災が増加しています。コンセントやコードの点検をして、自宅からの出火を防ぎましょう。万が一のため、家庭用消火器、住宅用火災警報器の設置・維持管理にご協力をお願いします。

住宅火災を防ぐポイント

寝たばこは絶対にしない

こんろ使用中は離れない

ストーブの周囲に燃えやすいものを置かない

コードは家具などの下敷き、折れ曲がりに注意

問王子消防署 ☎（3927）0119

赤羽消防署 ☎（3902）0119

滝野川消防署 ☎（3916）0119

区民の伝言板

この欄は、区の事業ではありません。
問い合わせは、直接各団体へ
※区は関知しません。
【略号】（入）…入会金
問広報課 ☎（3908）1102

申込はこちら

●コーラスそよかぜ 日毎月第1・3木曜 午後1時30分～3時30分 場中央公園文化センター視聴覚室費1カ月3,000円【PR】ポピュラー曲や抒情曲を混声合唱で楽しんでいます 問乃万 ☎090（5584）2114

●アロハ・ピカケ フラダンス 対55歳以上の女性 日毎月第1・3土曜 午後1時～2時30分 場滝野川東ふれあい館費1カ月1,500円【PR】ダンス苦手・初めてでも大丈夫です。50代～70代中心です 問森 ☎080（1068）6445

●北区滝野川合気会 対小学生から 日毎週日曜 午前9時～10時 場滝野川体育館第二武道場費（入）3,000円1カ月4,000円【PR】家族みんなで稽古できる合気道。1カ月体験無料です 問岩田 ☎090（8050）2024

●日舞扇の会 日毎週金曜 午後1時～3時 場赤羽文化センター費（入）5,000円1回3,000円【PR】日本舞踊を体験し日本の文化・芸術に触れてみませんか 問菊地 ☎090（6014）7779

●北斗太極拳クラブ 日毎週木曜 午前10時～11時30分 場東十条ふれあい館等費（入）1,000円1カ月3,000円【PR】太極拳で足腰を鍛え、深い呼吸で心身をリラックス 問国枝 ☎090（3204）6227

●朗読 ういろう会 日毎月第2土曜、第4火曜 午前9時45分～11時45分 場赤羽文化センター第2学習室費1カ月2,000円【PR】田中泰子先生のご指導で各種作品の朗読を楽しんでいます 問乃万 ☎090（5584）2114

●大正琴 なでしこ会 対老若男女・初心者大歓迎 日毎月第1・3水曜 午後1時30分～4時 場赤羽文化センター費1カ月3,000円【PR】基礎から身に付け童謡・演歌等楽しく演奏しましょう 問野澤 ☎（3902）0914

北区体育協会
スポーツ教室

対日場内師定費下表のとおり

申ホームページまたは往復はがき（記入例参照。緊急連絡先も記入）で、12月30日（月）（必着）まで

問先〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館内 北区体育協会

☎（3940）1848 HP <https://kitacity-taikyo.jp/>

申込はこちら

教室名	対象	日程	時間	場所	講師	定員（抽選）	費用
アクアビクス女性（午前の部）	18歳～75歳	令和7年1月23日～3月6日 毎週木曜 計7回	午前9時30分～10時30分	パノラマプール十条台 （中十条1-5-6）	上屋敷昌子氏	40名	6,500円
身体メンテナンス&体幹トレ	18歳～80歳	1月22日～3月12日 毎週水曜 計8回	I部：午後1時30分～2時40分 II部：午後3時～4時10分	赤羽体育館エクササイズスタジオ （志茂3-46-16）	永井美和子氏	各25名	各7,400円

（公財）北区文化振興財団 公演ピックアップ

問い合わせ ☎（5390）1221（平日 9:00～17:00）

記号の見方

託児サービスあり…2歳以上の未就学児・有料
公演1週間前までに要予約

16 表記の年齢からご入場いただける公演です
最新の情報は財団ホームページ
（<https://kitabunka.or.jp>）でご確認ください。

車イス席あり…問合せ先までお申し込みください

2025/1/11 日 14:00 北とびあ つつじホール

ほくとぴあ亭特別編 〈公演間近〉
初笑い！新春演芸会

名物落語シリーズ「ほくとぴあ亭」の特別拡大バージョン！
玉川太福が北区赤羽を舞台にした創作浪曲「祐子のスマホ」を披露！
現役最高齢（102歳）の曲師、玉川祐子も登場！

【出演】
玉川太福（曲師 玉川祐子）
春風亭昇羊、春風亭昇輔、
三遊亭花金、三遊亭遊七
鏡味よし乃（太神楽曲芸）

〈全席指定〉1,800円 〈発売中〉

2025/4/6 日 14:00 北とびあ さくらホール

第36回
きたくなるまち区民寄席

豪華爛漫、春の恒例寄席！
落語界で現役唯一の人間国宝にして江戸落語の至宝
五街道雲助！元力士の経歴を持つ個性派三遊亭歌武蔵、
絶妙な掛け合いが癖になる東京ボーイズ、
国民的演芸番組でお馴染み立川晴の輔も登場！

五街道雲助 三遊亭歌武蔵 東京ボーイズ 立川晴の輔 笑福亭希光

〈全席指定〉
1階席 3,800円
2階席 2,800円
25歳以下各席種半額

〈1/16（木）発売〉

2025/3/1 日 17:00 北とびあ さくらホール

沖に
フラメンコギターコンサート

魂を揺さぶるスペインの調べ
日本を代表する
フラメンコギタリスト沖に
その爪弾きは、あたり一面に
アンダルシアの風を呼ぶ

【出演】
沖に（フラメンコギター）
松本圭司（ピアノ）、藤谷一郎（ベース）、
大槻「KALTA」英宣（ドラム）、
奥濱春彦（バイレ、カホン、パルマ）、
三枝雄輔（バイレ、カンテ、パルマ）

〈発売中〉
〈全席指定〉
S席 5,000円 → 4,500円
A席 4,500円 → 4,000円

2025/3/15 日 13:00 北とびあ15階 ベガサスホール

ほくとぴあ亭 1000円落語
～次代を築く落語家の妙技 3月の回～

笑福亭希光 柳亭信楽 三遊亭ぐんま 桂 南馬

〈1/9（木）発売〉
〈全席自由〉1,000円

2025/2/2 日 14:00 北とびあ つつじホール

北区民混声合唱団 うたの広場6
～心トキメク★昭和のアイドル特集～

指揮：名島啓太 ピアノ：御邊里佳子
合唱：北区民混声合唱団

〈発売中〉

チケットのお求め 発売初日は10:00～

ほくチケット（ほくとぴあチケットオンライン）
<https://p-ticket.jp/kitabunka>
※無料アカウント登録
※PC・スマホをお持ちの方のみ
北とびあ1階チケット売場
窓口のみ10:00～20:00
※臨時休館日は10:00～18:00
※年末年始・全館休館日は休業
※上記以外のプレイガイドでお求めいただける公演もあります。

北区民割引取扱い
※割引は一人4枚まで
※（窓口）保険証・免許証など北区在住を確認できるものを要提示。
※（オンライン）事前に「北区民」登録が必要です。登録方法は、ほくチケット2次元コード内Menu「ご利用ガイド」をご参照ください。
（登録まで、最大5営業日程度かかります）

住めば北区。

北区HP

北区X（旧ツイッター）

Facebook

LINE

最新の北区ニュースは「広報プラス」・「北区公式LINE」からもご覧いただけます。

広報プラス

北区公式LINE

12月10日号1面の「年末年始のご案内」の記事の中で、北区飛鳥山博物館のお休み表示に誤りがありました。
正しくは1月5日（日）開館、1月6日（月）休館です。お詫びして訂正いたします。 問北区飛鳥山博物館 ☎（3916）1133